

2026



こんだてひょう

すぎのこ保育園

日	曜	1・2歳午前おやつ	昼食	3時おやつ	栄養価(幼児) エネルギー 脂質	タンパク質
2	月	牛乳 菓子	ごはん 生揚げとキャベツのみそ炒め スティック野菜 小松菜のスープ	牛乳 チヂミ	528 Kcal 15 g	21.8 g
3	火	牛乳 菓子	【お誕生日会メニュー】 子ぎつねずし 鶏肉の照り焼き ゆかりあえ すまし汁 りんご	牛乳 ももいろケーキ	562 Kcal 18 g	22.5 g
4	水	牛乳 菓子	ごはん さわらのステーキソースかけ 大根とツナサラダ みそ汁	牛乳 さつまいもフライ	581 Kcal 18.6 g	25.8 g
5	木	りんごジュース スティックチーズ	栄養たっぷりそばろ井 トマト かぼちゃのスープ	牛乳 照り焼きドッグ	541 Kcal 19.3 g	24.0 g
6	金	牛乳 菓子	【はな組リクエストメニュー】 ごはん マーボー大根 即席漬け 豚汁	牛乳 バナナ蒸しパン	532 Kcal 17.8 g	20.2 g
7	土	牛乳 菓子	焼き鳥丼 みそ汁 ヨーグルト	牛乳 シュガーバターサンド	552 Kcal 18.2 g	23.5 g
9	月	牛乳 菓子	ごはん 鶏肉の香草パン粉焼き 小松菜のサラダ キャベツとコーンのスープ	牛乳 マカロニみたらし	507 Kcal 15.3 g	21.2 g
10	火	牛乳 菓子	ごはん 肉じゃが ごまあえ みそ汁	キーマカレーおにぎり スティックチーズ	587 Kcal 14.7 g	23.6 g
11	水	牛乳 菓子	ごはん さばの竜田揚げ 大根の甘酢漬け すまし汁	牛乳 ココアサンド	611 Kcal 23.2 g	24.3 g
12	木	ぶどうジュース スティックチーズ	ごはん 豆腐のミートローフ コーンのサラダ 人参のスープ	麦茶 塩焼きそば	518 Kcal 18.5 g	22.1 g
13	金	牛乳 菓子	ごはん チキンカレー もやしのナムル バナナ	牛乳 きなこらふく	559 Kcal 19.6 g	19.6 g
16	月	牛乳 菓子	ごはん 豚肉のごま照り焼き 和風大根サラダ すまし汁	牛乳 フライドポテト	528 Kcal 20.2 g	24.7 g
17	火	牛乳 菓子	【そら組リクエストメニュー】 米粉ロールパン タンドリーチキン みそドレサラダ はるさめスープ	中華炒めおにぎり 浅漬けきゅうり	487 Kcal 15.2 g	17.2 g
18	水	牛乳 菓子	ごはん さわらのステーキソースかけ 大根とツナサラダ みそ汁	牛乳 さつまいもフライ	581 Kcal 18.6 g	25.8 g
19	木	りんごジュース スティックチーズ	【在園児とのお別れ会】お弁当	フルーチェ ぱりんこ	146 Kcal 6.8 g	4.0 g
21	土	牛乳 菓子	きつねうどん こぶきいも ヨーグルト	牛乳 ジャムサンド	512 Kcal 12.4 g	20.8 g
23	月	牛乳 菓子	ごはん 鶏肉の香草パン粉焼き 小松菜のサラダ キャベツとコーンのスープ	牛乳 マカロニみたらし	507 Kcal 15.3 g	21.2 g
24	火	牛乳 菓子	ごはん 肉じゃが ごまあえ みそ汁	キーマカレーおにぎり スティックチーズ	587 Kcal 14.7 g	23.6 g
25	水	牛乳 菓子	ごはん さばの竜田揚げ 大根の甘酢漬け すまし汁	牛乳 ココアサンド	611 Kcal 23.2 g	24.3 g
26	木	ぶどうジュース スティックチーズ	ごはん 豆腐のミートローフ コーンのサラダ 人参のスープ	麦茶 塩焼きそば	518 Kcal 18.5 g	22.1 g
27	金	牛乳 菓子	ごはん チキンカレー もやしのナムル バナナ	牛乳 きなこらふく	559 Kcal 19.6 g	19.6 g
28	土	牛乳 菓子	焼き鳥丼 みそ汁 ヨーグルト	牛乳 シュガーバターサンド	552 Kcal 18.2 g	23.5 g
30	月	牛乳 菓子	ごはん 豚肉のごま照り焼き 和風大根サラダ すまし汁	牛乳 フライドポテト	528 Kcal 20.2 g	24.7 g
31	火	牛乳 菓子	米粉ロールパン クリームシチュー マカロニサラダ りんご	そばろおにぎり 浅漬けきゅうり	594 Kcal 18.2 g	18.9 g

2026



こんだてひょう(12か月頃～)

すぎのこ保育園

日	曜	午前おやつ	昼食	3時おやつ
2	月	牛乳 菓子	軟飯 豆腐とキャベツのみそ炒め スティック野菜 小松菜のスープ	牛乳 軟飯 豚肉と野菜のスープ
3	火	牛乳 菓子	【お誕生日会メニュー】 人参ごはん 鶏肉の照り焼き ゆかりあえ すまし汁 りんご	牛乳 ももいろケーキ 鶏肉と野菜のスープ
4	水	牛乳 菓子	軟飯 さわらのステーキソースかけ 大根とツナのサラダ みそ汁	牛乳 さつまいもフライ 白身魚と野菜のスープ
5	木	りんごジュース 菓子	栄養たっぷりそぼろ丼 トマト かぼちゃスープ	牛乳 米粉コッペパン 鶏肉と野菜のポトフ
6	金	牛乳 菓子	【はな組リクエストメニュー】 軟飯 大根のみそ炒め 即席漬け 豚汁	牛乳 さつまいもフライ 白身魚と野菜のスープ
7	土	牛乳 菓子	鶏ごはん 味噌汁 ヨーグルト	牛乳 シュガーバターサンド 鶏肉と野菜のスープ
9	月	牛乳 菓子	全粥 鶏肉のパン粉焼き 小松菜の和え物 キャベツのスープ	牛乳 バナナ蒸しパン 鶏肉と野菜のスープ
10	火	牛乳 菓子	軟飯 肉じゃが ごまあえ みそ汁	牛乳 軟飯 豚肉と野菜のスープ
11	水	牛乳 菓子	軟飯 さばの竜田揚げ 大根の甘酢漬け すまし汁	牛乳 米粉コッペパン 白身魚と野菜のスープ
12	木	ぶどうジュース 菓子	軟飯 ミートローフ フレンチサラダ 人参スープ	牛乳 軟飯 豚肉と野菜のスープ
13	金	牛乳 菓子	軟飯 野菜のクリーム煮 もやしのナムル バナナ	牛乳 きなこらふく 鶏肉と野菜のスープ
16	月	牛乳 菓子	軟飯 豚肉と野菜の炒め煮 和風大根サラダ すまし汁	牛乳 フライドポテト 豚肉と野菜スープ
17	火	牛乳 菓子	【そら組リクエストメニュー】 米粉ロールパン タンドリーチキン みそドレサラダ はるさめスープ	牛乳 中華炒めおにぎり 野菜のスープ
18	水	牛乳 菓子	軟飯 さわらのステーキソースかけ 大根とツナのサラダ みそ汁	牛乳 さつまいもフライ 白身魚と野菜のスープ
19	木	りんごジュース 菓子	【在園児とのお別れ会】お弁当	フルーチェ 菓子
21	土	牛乳 菓子	みそうどん こふきいも ヨーグルト	牛乳 ジャムサンド 鶏肉と野菜のポトフ
23	月	牛乳 菓子	軟飯 鶏肉のパン粉焼き 小松菜の和え物 キャベツのスープ	牛乳 マカロニみたらし 鶏肉と野菜のスープ
24	火	牛乳 菓子	軟飯 肉じゃが ごまあえ みそ汁	牛乳 軟飯 豚肉と野菜のスープ
25	水	牛乳 菓子	軟飯 さばの竜田揚げ 大根の甘酢漬け すまし汁	牛乳 米粉コッペパン 白身魚と野菜のスープ
26	木	ぶどうジュース 菓子	軟飯 ミートローフ フレンチサラダ 人参スープ	牛乳 軟飯 豚肉と野菜のスープ
27	金	牛乳 菓子	軟飯 野菜のクリーム煮 もやしのナムル バナナ	牛乳 きなこらふく 鶏肉と野菜のスープ
28	土	牛乳 菓子	鶏ごはん 味噌汁 ヨーグルト	牛乳 シュガーバターサンド 鶏肉と野菜のスープ
30	月	牛乳 菓子	軟飯 豚肉と野菜の炒め煮 和風大根サラダ すまし汁	牛乳 フライドポテト 豚肉と野菜スープ
31	火	牛乳 菓子	米粉ロールパン 野菜のクリーム煮 マカロニサラダ りんご	牛乳 そぼろおにぎり 野菜スープ

2026



献立表 (9ヵ月頃～)

日	曜	午前食	午後食
2	月	全粥 豆腐とキャベツのみそ炒め スティック野菜 小松菜のスープ	全粥 鶏肉と野菜のスープ ミルク
3	火	【お誕生日会メニュー】 人参がゆ 鶏肉の照り焼き みぞれ大根 すまし汁	全粥 鶏肉と野菜のみそ汁 ミルク
4	水	全粥 さわらのオニオンソース煮 大根とツナの柔らか煮 みそ汁	さつまいもがゆ 白身魚と野菜のスープ ミルク
5	木	栄養たっぷりそばろ煮 トマト かぼちゃスープ	米粉コッペパン牛乳浸し 鶏肉と野菜のポトフ ミルク
6	金	【はな組リクエストメニュー】 全粥 大根のみそ煮 キャベツの柔らか煮 豚汁	全粥 鶏肉と野菜のスープ ミルク
7	土	鶏ごはん 味噌汁 ヨーグルト	全粥 豚肉と野菜のスープ ミルク
9	月	全粥 鶏肉と野菜の煮物 小松菜の和え物	全粥 鶏肉と野菜のスープ ミルク
10	火	全粥 肉じゃが ごまあえ みそ汁	全粥 豚肉と野菜のスープ ミルク
11	水	全粥 さばの竜田揚げ 大根の甘酢漬け すまし汁	米粉コッペパン牛乳浸し 豚肉と野菜のスープ ミルク
12	木	全粥 ミートローフ崩し煮 フレンチサラダ 人参スープ	全粥 鶏肉と野菜のスープ ミルク
13	金	全粥 野菜のクリーム煮 もやしのナムル バナナ	全粥 鶏肉と野菜のスープ ミルク
16	月	全粥 豚肉と野菜の炒め煮 和風大根サラダ すまし汁	全粥 野菜スープ ミルク
17	火	【そら組リクエストメニュー】 米粉ロールパン牛乳浸し 鶏肉のオニオンソース煮 みそドレサラダ はるさめスープ	中華風がゆ 鶏菜のスープ ミルク
18	水	全粥 さわらのオニオンソース煮 大根とツナの柔らか煮 みそ汁	さつまいもがゆ 白身魚と野菜のスープ ミルク
19	木	【在園児とのお別れ会】 お弁当	ミルク
21	土	みそうどん マッシュポテト	米粉コッペパン牛乳浸し 鶏肉と野菜のスープ ミルク
23	月	全粥 鶏肉と野菜の煮物 小松菜の和え物	全粥 鶏肉と野菜のスープ ミルク
24	火	全粥 肉じゃが ごまあえ みそ汁	全粥 豚肉と野菜のスープ ミルク
25	水	全粥 さばの竜田揚げ 大根の甘酢漬け すまし汁	米粉コッペパン牛乳浸し 豚肉と野菜のスープ ミルク
26	木	全粥 ミートローフ崩し煮 フレンチサラダ 人参スープ	全粥 鶏肉と野菜のスープ ミルク
27	金	全粥 野菜のクリーム煮 もやしのナムル バナナ	全粥 鶏肉と野菜のスープ ミルク
28	土	鶏ごはん 味噌汁 ヨーグルト	全粥 豚肉と野菜のスープ ミルク
30	月	全粥 豚肉と野菜の炒め煮 和風大根サラダ すまし汁	全粥 野菜スープ ミルク
31	火	米粉ロールパン牛乳浸し 野菜のクリーム煮 ドレッシング 和え	鶏がゆ 野菜のスープ ミルク

2026年



給食便り

すぎのこ保育園

日ごとに暖かくなり、春の陽気が感じられるようになりました。
この一年でたくさんのご飯を自分でできるようになった子どもたち。
早いもので、卒園・進級まで残りひと月です。
思い出の詰まった給食の時間をみんなで思い切り楽しみましょう。



3月3日は「桃の節句・ひな祭り」です。
女の子の健やかな成長と幸せを願う行事です。
雛人形を飾り、ひしもち・ひなあられ・はまぐりのお吸い物などを
いただき、お祝いをします。雛人形とともに供えられる、ひなあられの色には
「桃、緑、黄、白」の4色のものがあります。3色のものは「雪(白)から新芽(緑)
が出て(桃)が咲く景色」を象徴し、4色のものは「春(桃)、夏(緑)、秋(黄)、
冬(白)」の四季を表わしていると言われています。
保育園では3月2日のお誕生日会が「ひな祭りメニュー」になっています。
おやつには「ももいろケーキ」を提供します。
春の甘い香りがするいちごケーキです。楽しみにしていてください♡

リクエストメニュー

今月のリクエストメニューは、そら組さんとはな組さんです！
卒園前に食べたい給食をたくさん聞かせてくれました☆
なるべく要望がかなうように献立を立てたので残り少ない
給食の時間を楽しんでもらいたいです。
メニューは以下の通りに決まりました！

- * そら組 ・米粉ロールパン ・タンドリーチキン ・みそドレサラダ
・はるさめスープ
- * はな組 ・ごはん ・マーボー大根 ・即席漬け ・豚汁

<お知らせ>

3月19日(木)は
【お弁当】です！
忘れずにご用意を
お願いします★

